

**STUDI ANALISIS PRESTASI ATLET KARATE  
SULAWESI SELATAN**

***STUDY OF THE ANALYSIS OF KARATE ATHLETES  
ACHIEVEMENT IN SOUTH SULAWESI***

**OLEH  
RESKY ANA ABADI**

[reskyanaabadi841@gmail.com](mailto:reskyanaabadi841@gmail.com)

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Olahraga  
Program Pascasarjana Universitas Negeri Makassar

**ABSTRAK**

RESKY ANA ABADI. Study Analisis Prestasi Atlet Karate Sulawesi Selatan. (Dibimbing oleh Suwardi dan Jamaluddin).

Karate merupakan salah satu cabang olahraga yang paling diandalkan di Provinsi Sulawesi Selatan. Raihan medali dalam setiap pertandingan selalu menunjukkan prestasi yang luar biasa, sehingga provinsi Sulawesi Selatan selalu di perhitungkan oleh provinsi lain yang ada di dalam maupun di luar Sulawesi sendiri. Namun pada beberapa PON terakhir prestasi atlet karate cenderung fluktuatif. Pada PON XVIII yang berlangsung di Riau tahun 2012, atlet – atlet Sulawesi Selatan mampu mencapai raihan tertinggi mereka sejak mengikuti PON, yaitu menjadi juara umum I dengan peroleh 6 medali emas, 2 perak, dan 1 perunggu. Sementara pada PON XIX yang berlangsung di Bandung tahun 2016, prestasi tersebut tidak dapat dipertahankan dan mereka hanya mampu meraih juara umum III dengan perolehan 2 medali emas, 3 medali perak, dan 4 medali perunggu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui, mempelajari, dan memahami faktor – faktor yang menyebabkan tingginya prestasi atlet karate Sulawesi Selatan di PON XVIII dan faktor – faktor yang menyebabkan turunnya prestasi atlet karate Sulawesi Selatan di PON XIX.

Hasil penelitian menunjukan faktor penyebab meningkatnya prestasi atlet karate pada PON XVIII di Riau, antara lain: (i) Baiknya manajemen pemilihan pelatih dan atlet, (ii) Pemenuhan sarana dan prasarana atlet, (iii) Terbentuknya kesiapan atlet, (iv) Tingginya motivasi atlet dalam meraih juara, (v) Bagusnya perhatian terhadap asupan gizi, (vi) Terbangunnya hubungan kekeluargaan dan kekompakan tim. Faktor penyebab menurunnya prestasi atlet karate pada PON XIX di Bandung, antara lain: (i) Kurangnya komunikasi, (ii) Kurangnya perhatian terhadap asupan gizi, (iii) Rendahnya motivasi juara. (iv) Ada beberapa atlet yang dalam kondisi fisik yang kurang memungkinkan untuk memberikan performa terbaiknya, (v) Kurang fokusnya beberapa atlet, (vi) Keikutsertaan untuk pertama kalinya para atlet-atlet muda, (vii) Kurangnya semangat dan kekompakan tim, serta

kurangnya rasa kekeluargaan dalam tim, (viii) Kurang maksimalnya perhatian pelatih, (ix) Kurangnya kesadaran untuk menambah jam latihan tambahan, (x) Faktor nonteknis.

Kata kunci: atlet karate, faktor penyebab meningkat dan menurunnya prestasi atlet karate.

### **ABSTRACT**

RESKY ANA ABADI. 2018. Study of The Analysis of Karate Athletes Achievement in South Sulawesi. (Guided by Suwardi and Jamaluddin).

Karate is one of the most reliable sports in South Sulawesi Province. The achievement of medallion in each completion has always shown outstanding achievement so South Sulawesi province is always taken into account by other province in and outside of Sulawesi. However, in several PON (Nasional Sports Week) lately, the achievement of athletes were fluctuated. In PON XVIII which conducted in Riau in 2012, athletes of South Sulawesi were able to obtain the peak since following PON by getting the first general champion with 6 gold, 2 silvers, and 1 bronze; whereas, in PON XIX which was conducted in Bandung in 2016, the achievement could not be maintained and only able to get the third general champion with 2 gold, 3 silvers, and 4 bronze. This study aims at examining and understanding the factors causing the highest achievement of Karate Athletes of South Sulawesi in PON XVIII dan factors decreasing the achievement of Karate athletes of South Sulawesi.

The results of the study revealed that the factors causing the highest achievement of Karate athletes in PON XVIII in Riau among others were (i) well management of coach and athletes selection, (ii) fulfillment of facility and infrastructure, (iii) formation of athlete's readiness, (iv) high motivation of athletes to be a winner, (v) good nutrition intake, and (vi) the formation of kinship and cohesiveness of team. The factors decreasing the achievement of Karate Athletes in PON XIX in Bandung among others were (i) lack of communication, (ii) lack of attention of nutrition intake, (iii) low motivation of champion, (iv) several athletes were not in good condition to perform well, (v) less focus of the athletes, (vi) first participation for young athlete, (vii) less motivated and cohesiveness of team, (viii) less maximal of coach's attention, (ix) less awareness for additional training time, and (x) non-technical factors.

Keyword: *karate athletes, factors causing the increasing and decreasing of achievements of karate athletes*

## A. PENDAHULUAN

Masyarakat saat ini percaya bahwa peranan olahraga dalam kehidupan dapat memberikan dampak positif jika mereka terlibat di dalamnya. Olahraga sudah menjadi salah satu hal yang pokok dalam masyarakat. Beberapa orang beranggapan bahwa kesehatan merupakan hal yang sangat penting dan utama untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam keseharian mereka dan itu dapat terpenuhi dengan adanya olahraga dengan aktifitas-aktifitas olahraga. Beberapa orang juga beranggapan bahwa status sosial seseorang dapat ditingkatkan dengan menunjukkan berbagai macam prestasi dalam kehidupannya. Dalam hal ini olahraga juga mampu menjadi salah satu cara untuk menunjukkan seseorang itu dapat berprestasi dan berkembang dengan menjadi atlet.

Kemampuan mencapai prestasi yang gemilang dapat dipengaruhi dari berbagai faktor. Secara umum prestasi seorang atau sekelompok orang dapat diraih dengan berbagai usaha yang dilakukan sendiri dan bantuan dari pihak luar tentunya. Banyak atlet – atlet yang awalnya memiliki bakat yang luar biasa dengan kemampuan latihan yang baik di tempat latihan namun gagal untuk mencapai impian yang dicita – citakan.

Pembinaan olahraga dan pelatihan peningkatan kemampuan secara fisik, kognisi, maupun emosi diberikan kepada tiap atlet dalam

rangka mencapai prestasi. Penyediaan sarana, fasilitas, hingga faktor pelatih yang berkualitas menjadi perhatian utama. Para atlet dalam bidang olahraga diberikan perlakuan yang sama, menggunakan fasilitas berlatih secara bersama, dan terkadang dilatih oleh pelatih yang sama. Namun, pada hasil akhir atau prestasi yang dihasilkan pada tiap diri atlet berbeda. Seorang atlet dapat memenangkan pertandingan berkali – kali, sedangkan yang lainnya tidak.

Sama halnya dengan provinsi lain di Indonesia, Sulawesi Selatan selalu mengikuti perhelatan bergengsi Pekan Olahraga Nasional yang dilaksanakan setiap empat tahun sekali. Salah satu cabang olahraga yang diunggulkan di Sulawesi Selatan adalah cabang olahraga karate. Karate selalu menyumbangkan medali dalam setiap PON, baik itu medali emas, perak maupun perunggu.

Berdasarkan data awal yang diperoleh dari KONI Sulawesi Selatan, prestasi atlet karate pada PON yang ke XVIII di Riau tahun 2012 sangat gemilang . Saat itu, tim Sulawesi Selatan mampu menjadi juara umum pertama dengan perolehan 6 medali emas, 2 perak, dan 1 perunggu. Perolehan medali ini sangat jauh berbeda dengan perolehan medali pada PON XIX di Bandung kemarin, dimana karateka –karateka terbaik Sulawesi Selatan hanya mampu meraih 2 medali emas, 3 medali perak, dan 4 medali perunggu.

Dari data tersebut di atas dapat kita lihat bahwa terjadi penurunan pencapaian prestasi yang cukup signifikan antara PON XVII di Riau dengan PON XIX di Bandung . Oleh karena itu focus masalah pada penelitian ini adalah:

1. Upaya untuk mengetahui, mempelajari, dan memahami faktor – faktor yang mempengaruhi tingginya prestasi atlet karate Sulawesi Selatan di PON XVIII.
2. Upaya untuk mengetahui, mempelajari, dan memahami faktor – faktor yang mempengaruhi turunnya prestasi atlet karate Sulawesi Selatan di PON XIX.

Berdasarkan pada fokus permasalahan yang telah di kemukakan di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui, mempelajari, dan memahami faktor – faktor yang menyebabkan tingginya prestasi atlet karate Sulawesi Selatan pada PON XVIII di Riau dan faktor – faktor turunnya prestasi atlet karate Sulawesi Selatan pada PON XIX di Bandung.

Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu penelitian yang dapat mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya mengenai hal – hal yang mempengaruhi baik tidaknya prestasi dan penampilan atlet di lapangan dan dan secara praktis dapat digunakan untuk menemukan solusi dari berbagai masalah yang ditemukan pada atlet

dan pelatih bahkan maneger atlet itu sendiri khususnya di lingkungan atlet karate Sulawesi Selatan.

Diharapkan juga hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan pertimbangan kepada para karateka sebagai atlet, serta pengurus, para *sensei* dan *senpai* sebagai pelatih olahraga daerah maupun pelatih nasional di FORKI (Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia) Sulawesi Selatan dalam meraih prestasi gemilang dimasa yang akan datang.

## **B. KAJIAN PUSTAKA**

### **1. Pembinaan Prestasi Olahraga**

Prestasi dalam kamus besar bahasa Indonesia dijelaskan bahwa prestasi adalah hasil karya yang dicapai. Menurut Sri Indra Maiyanti dkk (2012 : 7) berpendapat bahwa prestasi adalah hasil yang telah dicapai dari yang telah dilakukan atau dikerjakan. Prestasi dapat dicapai dari individu seseorang atau yang mewakili suatu kelompok tertentu.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia di jelaskan bahwa pembinaan adalah usaha, tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna dan berhasil guna untuk memperoleh hasil yang baik.

Pencapaian prestasi akan mudah dicapai apabila pada tahap pengembangan multilateral dan pengembangan spesialisasinya juga dilakukan dengan benar. Artinya, untuk mencapai prestasi tinggi atau maksimal di tentukan oleh kualitas

latihannya dimana didalamnya terlibat pelatih dan atlet itu sendiri.

## 2. Faktor Pendukung Prestasi

Usaha yang dilakukan untuk mencapai prestasi merupakan usaha yang multikompleks yang melibatkan banyak faktor baik internal maupun eksternal, kualitas latihan merupakan penopang utama tercapainya prestasi olahraga, sedangkan kualitas latihan itu sendiri ditopang oleh faktor internal yakni kemampuan atlet (bakat dan motivasi) serta faktor eksternal menurut Djoko Petik Irianto dalam Rahmat Tri Koncoro (2011 : 11).

Faktor Internal merupakan pendukung utama tercapainya prestasi atlet, sebab faktor ini memberikan dorongan yang lebih stabil dan kuat yang muncul dari dalam diri atlet itu sendiri, yang meliputi:

### a. Bakat

Bakat merupakan potensi yang dibawa seseorang sejak lahir. Bakat ini merupakan faktor gen yang dimiliki oleh seseorang.

### b. Motivasi

Tingkah laku seseorang pada hakikatnya ditentukan oleh suatu kebutuhan untuk mencapai tujuan. Seseorang melakukan perbuatan atau tindakan selalu didasarkan dan ditentukan oleh faktor – faktor yang datang dari dalam dan dipengaruhi oleh apa yang dipikirkannya. Husdarta (2011 : 32) mengatakan bahwa faktor dari dalam diri seseorang menentukan perbuatannya, sedangkan faktor dari

dari luar dapat memperkuat atau juga atau juga memperkecil motif seseorang.

Clifford T. Morgan (1986 : 268) menyebutkan “*motives are inferences from behavior (the things that are said and done)*”. Motif adalah kesimpulan dari tingkah laku (sesuatu yang dikatakan dan dikerjakan).

Motif adalah suatu rangsangan atau suatu dorongan yang terdapat dalam diri manusia yang secara aktif mendorong manusia untuk berbuat sesuatu dengan tingkah laku untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Termotivasinya seseorang untuk berbuat tergantung pada besar kecilnya motif.

Motivasi disini diartikan sebagai proses yang menggerakkan seseorang hingga berbuat sesuatu. Atkinson dalam Husdarta (2011 : 32 – 33), mengatakan bahwa “*The term motivation refers to the arousal of tendency to act to produce one or more effects*”. Istilah motivasi mengacu pada gairah kecenderungan untuk bertindak yang menghasilkan satu atau lebih dari satu efek. Motivasi menunjukkan dorongan atau usaha untuk memenuhi atau memuaskan suatu kebutuhan atau untuk mencapai suatu tujuan.

Motivasi adalah sebagai mesin atau energi manusia untuk berperilaku mencapai tujuan tertentu. Menurut Apta Mylsidayu dan Febi Kurniawan (2015 : 16), motivasi adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk beraksi / tidak beraksi

untuk menentukan arah aktivitas terhadap pencapaian tujuan.

Sementara itu Fatta Hanurawan (2016 : 6) mengartikan motivasi sebagai kekuatan yang memberi energy, memberi arah, dan memberlanjutkan suatu perilaku. Atkinson dalam Husdarta (2011 : 41) membedakan motivasi menjadi tiga macam, yaitu: (a) motivasi berprestasi atau *need for achievement* yang disingkat *n-achievement*, (b) motivasi berkuasa atau *need power* yang disingkat *n-power*, (c) motivasi berafialisasi atau *neef for affiliation* yang disingkat *n-affilation*.

Seorang yang mempunyai motif berprestasi yang tinggi dapatlah dijelaskan bahwa, dalam setiap melakukan tugas – tugasnya mereka selalu melakukannya dengan terampil sehingga menjadi terkenal dalam bidang tertentu atau terpantang dalam bidang tertentu, mereka juga dapat melakukan sesutu pekerjaan lebih baik dari pada orang lain, mempunyai kemampuan diri yang besar, sanggup mengatasi hal – hal yang bersifat menantang, menjaga nama baik dirinya dengan perlakuan yang ulet dan gigih.

### 3. Karate

Karate merupakan seni bela diri. Namun, sejalan dengan perkembangan zaman, karate berevolusi dalam fungsinya. Dulu karate sangat disembunyikan karena sangat ditakuti karena karate masih sebagai ilmu bela diri murni. Keberadaan karate pun

sangat dirahasiakan, bahkan setiap orang takut untuk membicarakannya.

Pada dasarnya sejarah karate berasal atau bersumber dari Kungfu Cina. Pelajaran kungfu diberikan oleh pendeta Budha, Daruma Taishi, yang diperolehnya ketika bermeditasi di kuil Saolin, di Gunung Sung, Provinsi Henan, Cina. Generasi-generasi berikutnya menamakannya Shirinji Kempo (Achmad Ali, Horward Kowagam, & Musakkir, 1991 : 133).

Ginanjat Atmasubrata (2012 : 119) mengatakan bahwa karate pertama laki disebut “Tote” yang berarti “Tangan China”. Arti karate yang sesungguhnya merupakan suatu proses pribadi yang ditemukan sendiri sebagai pedoman hidup.

Karate berasal dari dua suku kata yaitu “kara” yang berarti tangan dan “te” yang berarti kosong. Dimana dari arti kata tersebut maka karate dapat diartikan sebagai tangan kosong, yaitu beladiri yang hanya menggunakan bagian-bagian tubuh sebagai senjata. Menurut Ivan Yuliawan (2012: 13) karate berasal dari pengucapan dalam bahasa Okinawa “kara” berarti Cina dan “te” yang berarti tangan. Arti dari dua pengucapan tersebut adalah ‘tangan Cina’, ‘teknik Cina’, atau ‘tinju Cina’.

#### Kihon

Secara harfiah *kihon* berarti dasar atau fondasi. Praktisi karate harus menguasai *kihon* dengan baik sebelum mempelajari *kata* dan *kumite*. Pelatihan *kihon* dimulai dari mempelajari pukulan dan tendangan (sabuk putih) serta bantingan (sabuk coklat). Pada tahap DAN atau sabuk

hitam, murid dianggap sudah menguasai seluruh *kihon* dengan baik.

*Kihon* adalah latihan dasar karate yang dilakukan dengan menggunakan pukulan, tangkisan dan tendangan dengan kuda-kuda tertentu. Latihan dasar dapat dilakukan dengan kuda-kuda tidak melangkah dari tempat semula yang disebut *kihon wasa* dan dapat pula dilakukan dengan bergerak maju atau mundur, menggeser kesamping kiri dan kanan, serta dapat dilakukan dengan cara bergerak ke empat arah mata angin yang disebut dengan *kihon ido*.

#### **Kata**

*Kata* secara harfiah berarti “ bentuk atau pola”. *Kata* dalam kerate tidak hanya merupakan latihan fisik atau aerobik biasa tapi juga mengandung pelajaran prinsip bertarung. Setiap kata memiliki ritme gerakan dan yang pernapasan yang berbeda. *Bunkai* misalnya, adalah aplikasi yang dapat digunakan dari gerakan-gerakan dasar *kata*.

Banyak yang mengartikan *kata* itu hanya sekedar latihan bentuk. Memang hal ini benar, akan tetapi kurang tepat. *Kata* justru merupakan koleksi inti teknik karate, yang dapat di kembangkan dan diaplikasikan untuk segala keadaan.

Latihan *kata* adalah serangkaian teknik-teknik dasar (*kihon*) yang disusun secara sistematis dalam suatu pola tertentu, dimainkan dengan irama tertentu kadang-kadang cepat kadang-kadang lambat.

Menurut Achmad Ali, dkk (1991 : 137) *kata* merupakan aspek seni beladiri karate. Inti dari gerakan karate terdapat dalam *kata*.

#### **Kumite**

*Kumite* secara harfiah berarti “pertemuan tangan”. *Kumite* dilakukan oleh murid tingkat lanjut (sabuk biru atau lebih). Tapi sekarang ada *dojo* yang mengajarkan *kumite* kepada murid tingkat pemula (sabuk kuning). Latihan *kumite* merupakan aplikasi *kihon* dalam wujud latihan memukul, menendang dan menangkis serangan lawan. Jenis-jenis latihan *kumite* dapat dibagi atas beberapa metode atau variasi yaitu; latihan yang diatur dahulu (*yaukuzoku kumite*), dan latihan bebas (*jiyu kumite*). Latihan *yaukuzoku kumite* dapat dilakukan dengan latihan *kihon kumite*, *gohon kumite* dan *ippon kumite*.

#### **C. METOLOGI**

Untuk memperoleh hasil penelitian yang baik dalam penelitian ini maka metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Menurut Setyosari dalam Dano Eko Agustinova (2015 : 9) penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan metode observasi, wawancara, analisis isi, dan metode pengumpulan data lainnya untuk menyajikan respon – respon dari perilaku subjek.

Penelitian ini dilaksanakan dengan cara mewawancarai beberapa informan yang dianggap penting, sehingga lokasi tempat untuk melaksanakan penelitian tidak dapat ditetapkan secara pasti. Tempat wawancara dilaksanakan diharapkan mampu membuat informan merasa nyaman dan dapat memberikan informasi yang diharapkan sesuai

dengan fokus penelitian yang dilakukan.

Untuk memperoleh informasi yang akurat dalam penelitian ini, ada beberapa orang yang dijadikan sebagai informan. Informan diambil sebagai sampel penelitian dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Informan tersebut adalah Kepala Bidang Prestasi KONI yang menjabat pada saat pelaksanaan PON XVIII dan PON XIX, Pengurus FORKI yang terlibat pada PON XVIII dan PON XIX, Pelatih PON XVIII dan PON XIX, Atlet PON XVIII dan PON XIX, Unsur lain dari masing-masing perguruan yang atletnya terpilih di PON XVIII dan PON XIX.

Teknik pengumpulan data di penelitian ini dilakukan dengan menggabungkan beberapa teknik, yaitu teknik observasi, teknik wawancara dan teknik dokumentasi yang biasa disebut dengan teknik triangulasi. Sugiono (2017 : 241) mengemukakan bahwa dalam teknik pengumpulan data, triangulasi diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada.

### **1. Pengumpulan Data dengan Observasi**

Observasi adalah dasar dari semua ilmu pengetahuan. Para ilmuwan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi.

Menurut Sanafiah Fasial dalam Sugiono, (2017 : 226) mengklarifikasikan observasi menjadi observasi berpartisipasi (*participant observation*), observasi yang secara terang – terangan dan tersamar (*over observation* dan *convert observation*), dan observasi yang tak berstruktur (*unstructured observation*).

### **2. Wawancara (Interview)**

Dalam penelitian ini, bentuk wawancara yang digunakan adalah wawancara semiterstruktur. Jenis wawancara ini termasuk dalam kategori *in-dept interview*, dimana dalam pelaksanaannya lebih bebas bila dibanding dengan wawancara terstruktur.

### **3. Dokumentasi (Document)**

Metode dokumentasi dalam penelitian ini digunakan untuk memperoleh data-data yang akurat sebagai cermin situasi atau kondisi yang sebenarnya.

Teknik analisis data dilakukan dengan beberapa cara yaitu:

#### **1. Data Reducation (Reduksi Data)**

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu maka perlu dicatat secara teliti dan rinci. Mereduksi data berarti peneliti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari pola dan temanya. Dengan demikian data yang direduksi akan memberikan gambaran yang jelas, sehingga mempermudah peneliti dalam pengumpulan data berikutnya.



Melakukan reduksi data bisah menggunakan bantuan elektronik.

## **2. Data Display (Penyajian data)**

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya mendisplaykan data. Kalau dalam penelitian kuantitatif penyajian data ini dapat dilakukan dalam bentuk tabel, grafik, pie card, pictogram dan sejenisnya. Melalui penyajian data tersebut, maka data terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga akan semakin muda dipahami.

## **3. Data Conclusion Drawing / Verification**

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman dalam Sugiono (2017 : 250), adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat seentara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten pada saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

## **D. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Manajemen Pembinaan**

Manajemen pembinaan atlet di Sulawesi Selatan dimulai dengan di bentuknya Sul-Sel Maju, tujuan dari Sul-Sel maju adalah untuk mempersiapkan atlet yang akan mengikuti kompetisi agar lebih siap baik dari fisik maupun mental. Atlet Sul-Sel Maju memiliki jam latihan

yang terjadwal. Hal ini sejalan dengan teori manajemen Terry dalam Harsuki (2012 : 85) yang mengatakan bahwa manajemen adalah perencanaan yang pada dasarnya adalah penyusunan sebuah pola tentang aktivitas-aktivitas masa yang akan datang yang terintegrasi dan dipredeterminasi. Sama halnya dengan yang dikatakan oleh Drucker dalam Harsuki (2012 : 87) bahwa pada hakikatnya perencanaan adalah pemilihan saat sekarang terhadap kondisi masa depan yang dikehendaki beserta langkah-langkah yang diperlukan untuk mewujudkannya.

### **2. Latihan dan Program Latihan**

Dalam latihan ada dua unsur yang berperan penting didalamnya, antaranya pelatih dan juga atlet. Pelatih merupakan orang berperan untuk menyusun program latihan yang baik, melaksanakan program latihan yang telah dibuat, memberikan bimbingan dan dorongan untuk memperoleh hasil yang lebih baik, serta melakukan hasil penilaian tentang hasil yang diperoleh.

#### **a. Pelatih**

Pelatih pada umumnya telah melewati kiprahnya di dunia olahraga sebagai seorang atlet. Oleh karenanya ketika menjadi seorang pelatih bagi atlet – atletnya di sebuah cabang olahraga, pelatih harus menjalankan profesinya secara professional. *Sensei* Mursalim, *sensei* Nukman, dan *sensei* Agus Salim dalam wawancaranya ditemukan bahwa mereka selalu menjaga kedekatan dan komunikasi

yang terhadap para atlet PON yang mereka latih baik itu di PON XVIII dan di PON XIX. Mereka menyayangi atlet-atlet yang mereka latih sama seperti anak mereka sendiri, mereka saling berbicara layaknya teman yang baik, dan memberikan saran serta masukan yang baik layaknya seorang guru akan tetapi tidak menggurui. Mereka mengenal para atlet dengan baik dan sudah sejak lama, mereka memberikan dorongan untuk berlatih lebih giat agar mampu memperoleh prestasi yang baik dengan menyalurkan ilmu-ilmu yang mereka miliki secara ikhlas dan tulus. Sama halnya dengan yang di terangkan Syarif Hidayat (2014: 31) bahwa salah satu sikap pelatih adalah pelatih yang ramah dan baik hati (*Nice guy coach*).

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa pelatih tim PON untuk Sulawesi Selatan merupakan pelatih – pelatih yang memiliki ilmu kepelatihan mulai dari kota madya, provinsi, nasional, hingga internasional dan mereka sudah memiliki pengalaman untuk mendampingi atlet selama puluhan tahun. Dalam PON XVIII dan PON XIX temukan bahwa ketiga pelatih diberikan waktu untuk membuat program latihan yang bukan dalam waktu yang lama. Program latihan yang mereka buat adalah program latihan jangka pendek. Sesuai dengan apa yang dikatakan Sukadiyanto dalam Apta Mylsidayu dan Febi Kurniawan (2015 : 10) bahwa pelatih adalah seseorang yang memiliki kemampuan profesional untuk membantu mengungkapkan potensi atlet menjadi kemampuan

yang nyata secara optimal dalam waktu yang relatif singkat.

#### b. Atlet

Sama seperti yang ditemukan dalam hasil wawancara atlet yang dapat disimpulkan bahwa bagaimana pun baiknya seorang pelatih jika atletnya itu sendiri tidak menjalani latihan dengan serius maka keberhasilan tetap tidak akan diraih.

Pada persiapan PON XVIII peneliti menemukan bahwa semangat juang dan kekeluargaan dalam tim Sulawesi Selatan saat sangat besar, mereka mengerahkan seluruh tenaga dan jiwa mereka untuk latihan dan berjuang bersama di PON tersebut. Itu ditunjukkan dengan hasil akhir yang menyatakan bahwa tim karate PON Sulawesi Selatan menjadi juara umum pertama di Riau.

Dengan adanya beberapa atlet yang memang merupakan atlet nasional yang meningkatkan percaya diri tim dan meningkatkan semangat juang dan semangat tanding mereka di lapangan. Dalam kondisi yang begitu bersemangat, itu mempengaruhi orang disekitarnya dimana Apta Mylsidayu dan Febi Kurniawa (2015 : 59) mengatakan bahwa atlet yang memiliki motivasi internal akan berlatih dan bertanding dengan usaha yang kerja keras dan mampu tampil lebih baik, selalu bersemangat pada saat latihan atau bertanding.

#### 3. Motivasi

Motivasi merupakan dorongan meraih sesuatu yang datang dari luar maupun dari dalam diri atlet itu sendiri. Dorongan untuk meraih juara saat PON XVIII sangat besar. Dengan adanya beberapa atlet nasional yang terpilih dalam tim karate PON XVIII yang dilaksanakan di Riau yang memang dalam latihan bukan hanya saat pemusatan latihan di Sulawesi Selatan saja, mereka juga lebih banyak mendapat latihan di Pelatihan Nasional, menunjukkan kesiapan dalam menghadapi kompetisi dari beberapa atlet tersebut sangat besar dan itu menyebar kepada teman – teman atlet mereka yang lain. Berdasarkan data yang di peroleh dari hasil wawancara dan data hasil laporan juga menunjukkan bahwa mereka dalam konsidi siap dalam menghadapi kompetisi. Hal tersebut sejalan dengan teori yang diungkapkan oleh Husdarta dalam bukunya yang mengatakan bahwa (2011 : 36), prestasi maksimal dapat dicapai oleh seorang atlet yang benar – benar telah siap untuk berkompetisi dengan segala kemampuannya.

Keluarga dan lingkungan juga merupakan sesuatu yang dapat memberikan motivasi besar dalam meraih juara. Keluarga dapat membuat seseorang bekerja keras dalam melakukan suatu hal. Beberapa atlet dalam penelitian ini mengatakan bahwa yang menjadi motivasi terbesar mereka adalah keluarga mereka akan tetapi motivasi yang datang dari keluarga itu juga berbeda-beda. Para juara PON XVIII dalam wawancara menunjukkan bahwa:

- a. Mereka menjadi tulang punggung keluarga. Sehingga muncul dari dalam diri mereka rasa tanggung jawab akan keluarga. Sehingga dengan menjadi juara pada PON XVIII dapat membantu kehidupan ekonomi keluarga.
- b. Mereka memandang keluaraga dalam hal ini khususnya kedua orang tua sudah mendukung dengan dukungan yang sangat besar, baik itu berupa materi dan juga dukungan secara psikis. Sehingga mereka tidak ingin mengecewakan keluarga jika tidak mendapatkan juara padaPON XVIII.
- c. Mereka ingin menunjukkan bahwa kerja keras dalam latihan yang mereka lakukan dalam karate bukan hanya sekedar hobi yang dilakukan karena tidak kegiatan. Sehingga mereka ingin menunjukkan pada keluarga bahwa mereka mampu meraih prestasi terbaik melalui hobi tersebut.

Yang peneliti temukan dalam motivasi untuk berprestasi di PON XVIII adalah seorang atlet memiliki motivasi atau dorongan untuk menjadi juara adalah agar memang karena ingin memuaskan diri atau memenuhi keinginan dirinya akan untuk menjuarai suatu kompetisi, memecahkan rekor, memenangkan pertandingan, mendapatkan gelar dalam pertandingan bergengsi, ingin menjadi dikenal oleh orang banyak.

Motivasi berprestasi yang tinjukkan oleh atlet-atlet yang mengikuti PON XVIII sangat besar

sehingga mereka mampu menampilkan yang terbaik dalam kompetisi dan meraih kemenangan bersama dengan juara umum I.

Motivasi untuk menjadi juara juga juga bisa dikarenakan adanya hadiah yang ingin diraih oleh para atlet. Hadiah yang diberikan bisa berupa uang dan juga hadiah lainnya. Pada PON XVIII hadiah atau bonus yang dijanjikan oleh pihak pemerintah dan KONI itu jelas jumlahnya. Untuk atlet yang mendapat medali emas mendapatkan hadiah uang sebesar 75 juta rupiah, peraih medali perak 40 juta rupiah, serta perunggu sebesar 25 juta rupiah. Itu untuk kelas perorangan, berbeda halnya dengan kelas beregu. Bahkan ada beberapa atlet yang memiliki motivasi besar untuk meraih juara di karena yang meraih medali emas pada PON tersebut akan diangkat menjadi Pegawai Negeri Sipil oleh pemerintah provinsi Sulawesi Selatan.

#### 4. Gizi

Sesuai dengan yang dikatakan oleh Santosa Giritjono dan Didik Zafar Sidik (2013 : 358) bahwa peranan nutrisi dan gizi pada olahraga perlu memperhatikan tiga aspek sebagai berikut : (1) Pelatihan dan pemeliharaan atlet jangka panjang, (2) persiapan untuk kompetisi, (3) Nutrisi selama latihan dan kompetisi.

Perhatian tata gizi yang baik pada persiapan PON XVIII merupakan salah satu faktor pendorong terainya hasil maksimal oleh para atlet pada

kompetisi Pekan Olahraga Nasional tersebut.

#### 5. Sarana dan Prasarana

Dalam wawancara yang dilakukan peneliti, beberapa informan menunjukkan bahwa sarana dan prasarana yang diberikan oleh pihak KONI saat persiapan PON XVIII sudah maksimal. Para pelatih tidak memberikan mengungkapkan keluhan apapun pada saat wawancara. Akomodasi tempat tinggal di GOR Mattoangin sudah sangat nyaman baik untuk pelatih maupun untuk atlet. Semua atlet yang mengikuti pemusatan latihan untuk persiapan PON XVIII Riau mengungkapkan bahwa mereka merasa sangat nyaman dengan asrama yang disediakan.

Dijelaskan lebih lanjut saat bincang-bincang dengan pelatih karate bahwa atlet karate itu tidak mencari mewah tempat istirahat saat asrama, akan tetapi mereka mencari asrama yang didalamnya akses latihan lebih dimudahkan.

Dalam wawancara juga ditemukan beberapa informasi yang bisa menjadi perbandingan dengan PON XVIII yang diadakan di Riau.

##### 1. Pemilihan Pelatih

Pada PON XIX yang diadakan di Bandung Jawa Barat, pemilihan pelatih dilakukan sesuai dengan standar pemilihan pelatih yang diberikan oleh KONI Sulawesi Selatan, pelatih yang telah dipilih oleh FORKI kemudian diseleksi kembali

oleh KONI dengan mempertimbangkan beberapa hal, yaitu pengalaman dibuktikan dengan sertifikat yang dilampirkan, kesehatan pelatih, ketermapilan dalam melatih. Ini sesuai dengan teori menurut Syarif Hidayat (2014 : 14) yang mengatakan bahwa seorang pelatih suatu cabang olahraga yang professional perlu persyaratan sebagai berikut:

- a. Taqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa
- b. Sehat jasmani dan rohani
- c. Profil fisik menunjukkan kecabangan yang digeluti
- d. Memiliki sikap mental dan tingkah laku yang terpuji
- e. Menguasai ilmu pengetahuan baik teori maupun praktek sesuai dengan cabang olahraga yang ditangani
- f. Capak dan terampil dalam melatih
- g. Menggemari dan keranjingan terhadap olahraga yang digeluti
- h. Memiliki sikap bermasyarakat yang baik

Pelatih yang terpilih sebagai pelatih tim karate pada PON XIX adalah pelatih yang sama dengan pelatih PON XVIII. Dimana pelatih tersebut juga merupakan pelatih tim Sul-Sel Maju. Tiga orang pelatih yang dipilih sudah sangat dekat para atlet. Mereka mengetahui kelebihan dan kekurangan atlet yang mereka latih. Para pelatih menganggap para atlet yang mereka latih sama seperti teman dan bahkan sama seperti anak mereka sendiri.

Dibalik pemilihan dan verifikasi yang telah dilakukan oleh KONI itu sendiri. Pemilihan pelatih dipandang oleh perguruan dilakukan secara sepihak oleh FORKI, dimana pelatih yang pilih tidak melalui seleksi yang baik. Tidak ada sebaran seleksi pemilihan pelatih yang terus kepada perguruan atau pun kepada pengurus FORKI cabang kabupaten.

## 2. Pemilihan Atlet

Dalam proses wawancara ditemukan bahwa sebagian besar atlet yang terpilih masuk kedalam tim PON XIX di Bandung adalah atlet-atlet yang namanya sudah tercatat dalam tim Sul-Sel maju. Pemilihan atlet karate pada waktu PON XIX di Bandung, sudah sesuai dengan indikator dalam pedoman Program Sulsel Maju, dimana yang menjadi prioritas adalah atlet peraih medali pada waktu PON sebelumnya dan juga terjaring dalam Pelatnas. Pemilihan atlet sudah dilakukan secara tepat karena sebelum dilakukan pemilihan atau rekrutmen atlet sudah ada indikator sebagai parameter atlet yang bisa masuk dalam program Sulsel Maju.

Pada pemilihan atlet kali ini berbeda dengan PON XVIII, dimana ada beberapa atlet yang memiliki umur yang jauh berbeda dengan atlet lain. Sehingga itu menimbulkan kesenjangan antara sesama atlet. Atlet junior merasa segan dengan atlet junior. Sehingga berdampak pada kekompakan tim.

## 3. Program Latihan

Dalam proses wawancara ditemukan bahwa tak ada kendala berarti yang didapatkan oleh para pelatih. Semua berjalan dengan lancar dan sesuai dengan program latihan yang para pelatih buat untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas penampilan atlet saat kompetisi berlangsung di Bandung.

Program latihan yang dibuat oleh pelatih merupakan rangkaian program latihan yang masuk kedalam program yang sudah terencana dalam Sul-Sel Maju. Menurut Mylsidayu dan Febi Kurniawan (2015 : 14) bahwa agar atlet dapat berprestasi maksimal, maka pelatih harus mampu merencanakan dan menyusun suatu program latihan yang efektif agar aspek-aspek fisik, teknik, taktik, dan mental atlet dapat berkembang dengan maksimal.

#### 4. Kondisi Fisik Atlet

Dalam hasil wawancara dengan para pelatih dan atlet ditemukan bahwa dua orang atlet yang diharapkan dapat memperoleh medali emas pada PON XIX di Bandung sedang tidak dalam kondisi fisik yang memungkinkan untuk memaksimalkan penampilannya dalam pertandingan. Atlet pertama mengalami *tipoid* atau biasa disebut *tipus*. Sementara untuk atlet yang lain, atlet tersebut mengalami kehamilan. Memang dalam bukunya, Santosa Giriwijoyo dan Dikdik Zafar Sidik (2013 : 225), mengatakan bahwa pada umumnya wanita hamil akan secara spontan mengurangi tingkat aktifitasnya pada

awal kehamilannya akibatnya dari perubahan besar tubuh, perubahan sikap dan perubahan fungsi kardiovaskularnya.

#### 5. Kondisi Mental Atlet

Data dalam penelitian ini diperoleh bukan hanya pada hasil wawancara akan tetapi diperoleh juga dari beberapa hasil dokumentasi yang berupa laporan hasil pertandingan pada PON. Baik dalam wawancara maupun dokumentasi ditemukan bahwa ada beberapa atlet yang kurang siap dalam menghadapi kompetisi di Bandung. Hal – hal yang menyebabkan ketidak siapan dari para atlet tersebut adalah:

- a. Kesadaran diri akan kurang maksimalnya latihan yang dilakukan oleh dirinya pribadi.
- b. Menurunnya semangat juang, dikarenakan mengetahui bahwa lawan tanding mereka adalah atlet – atlet pelatnas yang memiliki kemampuan di atas dirinya.

#### 6. Motivasi Atlet

Pada hasil wawancara ditemukan bahwa ada beberapa hal yang menyebabkan motivasi atau dorongan untuk berprestasi atlet PON XIX berkurang, di antaranya:

- a. Hadiah atau bonus yang dijanjikan oleh pihak KONI dan pemerintah tidak jelas jumlahnya. Pada PON XVIII sebelumnya di Riau hadiah bonus yang jumlah disebutkan oleh pihak pemerintah dan KONI sehingga menambah semangat para atlet. Sedangkan pada PON XIX jumlah bonus yang akan diberikan

tidak disebutkan secara langsung, sehingga bersifat abu-abu.

- b. Peralatan dan kelengkapan pertandingan yang datang terlambat menyebabkan turunnya semangat atlet saat pertandingan.

Seperti yang dikatakan Husdarta (2011 : 32) bahwa motif adalah suatu rangsangan, dorongan atau pembangkit tenaga bagi terjadinya suatu tingkah laku dan sama hal dengan yang diungkapkan oleh Clifford T. Morgan (1986 : 268) juga bahwa, motif adalah kesimpulan dari tingkah laku (sesuatu yang dikatakan dan dikerjakan).

Atlet – atlet yang meraih medali emas pada PON XIX memiliki motivasi yang berbeda dengan atlet – atlet yang baru mengikuti PON. Beban mempertahankan prestasi dan menjaga nama baik yang telah mereka raih merupakan motivasi besar bagi mereka selain dari pada hadiah yang bonus yang akan diterima. Sementara dari posisi atlet yang baru mengikuti PON XIX itu belum ada dalam diri mereka. Belum ada rasa tanggung jawab mempertahankan prestasi, karena memang pada PON XIX tersebut adalah penampilan perdana mereka di Pekan Olahraga Nasional.

#### 7. Sentralisasi Latihan

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sentralisasi latihan yang dilakukan oleh pihak KONI dan pelatih untuk persiapan PON XIX tidak berjalan maksimal, bukan dari segi program latihan yang tidak berjalan dengan baik, akan tetapi

banyaknya atlet yang tidak konsisten pada pemusatan latihan. Beberapa atlet bahkan tidak tinggal di asrama, dikarenakan faktor yang tidak dapat diungkapkan.

#### 8. Gizi Atlet

Masalah gizi merupakan masalah yang paling krusial dan urgen untuk PON XIX. Dimana pada PON tersebut khususnya untuk atlet karate ditemukan bahwa gizi mereka kurang mencukupi. Para atlet dan pelatih mengeluhkan bahwa mereka jarang mendapat jatah makanan di asrama. Mereka lebih sering makan diluar asrama dengan biaya mereka sendiri. Bahkan dari pihak KONI pun membenarkan hal tersebut. Pihak KONI mengatakan bahwa asupan gizi atlet pada waktu PON Riau dan Bandung berbeda. Pada waktu PON Riau asupan gizi atlet sesuai dengan kebutuhan dan tepat waktu dalam penyajiannya. Namun untuk persiapan PON Bandung sering mengalami masalah dalam asupan makanan atlet, makan yang disajikan untuk atlet kadang datang terlambat, menu makanan yang disediakan untuk atlet tidak sesuai dengan selera atlet, dan kadang porsi tidak cukup, sehingga ini berdampak pada proses latihan atlet.

Ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh pakar. Dimana menurut Santosa Giriwijoyo dan Dikdik Zafar Sidik (2013 : 385) bahwa persediaan energi yang terbatas memang dapat membatasi daya tahan (*endurance*). Rekam gizi dan dukungan nutrisi selama latihan

memang dapat memperpanjang daya tahan dan meningkatkan penampilan pada olahraga yang berlangsung lama.

Sementara kita lihat bahwa setiap program latihan yang dilakukan oleh atlet karate adalah latihan yang setidaknya menggunakan durasi latihan yang cukup lama yaitu lebih dari 90 menit, dan latihan tersebut biasanya dilakukan 2 kali dalam sehari. Untuk itu gizi untuk atlet memang harus diperhatikan. Saat ini tata gizi yang seimbang dianjurkan untuk berbagai latihan, latihan daya tahan dan latihan prakompetisi pada umumnya adalah modifikasi dari tata gizi seimbang dasar (*basic balance diet*). Atlet tidak memerlukan makanan khusus, suplemen, atau berbagai tata gizi khusus untuk memenuhi kebutuhan latihan atau untuk meningkatkan penampilannya, yang diperlukan adalah tata gizi yang seimbang dan bervariasi agar para atlet tidak bosan dengan mengurangi nafsu makannya. Akan tetapi pada persiapan PON XIX hal tersebut sama sekali tidak diperhatikan.

Dapat disimpulkan bahwa memang saat pelaksanaan persiapan PON XIX perhatian terhadap asupan gizi atlet yang disiapkan untuk meraih juara memang sangat tidak diperhatikan, sehingga memperkecil kemungkinan teraihnya tujuan prestasi tinggi pada pelaksanaan PON XIX bagi atlet karate Sulawesi Selatan.

#### 9. Sarana dan Prasarana

Untuk pencapaian prestasi yang maksimal harus tersedia fasilitas dan peralatan yang memadai dimana itu merupakan komponen pendukung

yang harus ada karena tanpa adanya fasilitas yang memadai program pelatihan yang telah disusun oleh pelatih tidak akan berjalan dengan optimal, sehingga berakibat pada usaha pencapaian prestasi puncak pada seorang atlet akan terhambat, Syarif Hidayat (2014 : 39) mengemukakan hal tersebut. Sementara dalam Rahmat Tri Konkoro (2011 : 16) disebutkan bahwa sarana dan prasarana merupakan hal yang harus dipenuhi oleh suatu organisasi olahraga. Kemajuan, perbaikan dan penambahan jumlah fasilitas yang ada akan menunjang suatu kemajuan prestasi dan paling tidak dengan fasilitas yang memadai itu akan meningkatkan prestasi.

Untuk persiapan PON XIX fasilitas seperti asrama sangat meningkat, karena para atlet ditempatkan di hotel. Dimana seperti yang kita ketahui bersama bahwa hotel memiliki fasilitas yang tidak diragukan lagi kenyamanannya. Yang menjadi masalah adalah para atlet karate ini memang berbeda dari atlet – atlet lain. Kebanyakan dari mereka malah mengeluhkan kenyamanan asrama. Mereka yang mengikuti dua PON terakhir yaitu PON XVIII di Riau dan PON XIX Bandung mengatakan bahwa mereka lebih memilih di tempatkan di GOR Mattoanging, yang dimana kita ketahui bersama bahwa fasilitas disana agak kurang memadai. Para atlet lebih menyukai GOR Mattoanging dengan beberapa pertimbangan yang diantaranya:



- a. Tempat latihan langsung di depan mata.
- b. Semangat untuk berlatih dan menambah jam latihan lebih besar dikarenakan tidak ada penghalang antara tempat istirahat dan tempat latihan.
- c. Kebersaam dalam tim lebih terjaga.
- d. Kekompakan tim lebih terasa.
- e. Makanan yang disiapkan memenuhi kebutuhan atlet.

Dapat dikatakan bahwa pencapaian prestasi suatu tim dalam sebuah pertandingan memang tidak dapat dipungkiri ada pengaruh dari fasilitas, sarana dan prasarana latihan yang memadai. Akan tetapi bukan berarti dengan fasilitas yang mewah, sarana dan prasarana yang memadai yang tidak membuat para penerima fasilitas, serta sarana dan prasarana tersebut tidak merasanya nyaman, maka semua itu tidak dapat memberikan pengaruh yang banyak terhadap capaian prestasi tinggi. Kenyaman para penerima fasilitas dalam hal ini atlet karate yang mengikuti PON XIX di Bandung adalah hal yang paling utama demi meningkatkan semangat mereka dalam meraih juara.

#### 10. Kondisi Pertandingan

Dapat dikatakan bahwa kondisi pertandingan juga berpengaruh dalam prestasi atlet. Kondisi pertandingan pada PON XIX sama dengan pertandingan – pertandingan PON yang sebelumnya di daerah lain. Dari pihak KONI menyatakan bahwa

kondisi dan situasi atlet di Bandung cukup bagus sesuai ketentuan PON namun secara mental terganggu juga dengan perlengkapan pakaian kontingen, tas, dan sepatu kontingen yang tidak sesuai dengan kebutuhan atlet.

Ditemukan pula kendala yang dialami oleh atlet saat pertandingan di PON XIX berlangsung. Dimana salah satu pelatih tidak dapat mendampingi atlet saat pertandingan. Satu pelatih tersebut menyatakan bahwa dirinya tidak memiliki izin untuk mendampingi atlet dikarenakan pelatih tersebut tidak mengikuti referensi pelatih yang wajib untuk diikuti untuk mendapatkan lisensi untuk mendampingi atlet dengan alasan pribadi. Yang mana menurut beberapa atlet, pelatih tersebut merupakan pelatih yang mengenal dengan baik teknik dan taktik mereka saat bermain. Dengan hanya dua orang pelatih yang bertugas dilapangan pertandingan dengan matras pertandingan yang ada empat buah, menyulitkan para pelatih untuk memperhatikan satu persatu atlet di lapangan pertandingan. Atlet yang baru pertama dan dengan pengalaman pertandingan yang sedikit merasak kurang diperhatikan oleh pelatih di tempat pertandingan.

Lokasi pertandingan yang diadakan di Bandung juga disebut-sebut oleh pelatih adalah bukan merupakan tempat yang netral untuk dilangsungkannya sebuah pertandingan karate. Dalam wawancaranya pelatih mengatakan bahwa di Bandung waktu pertandingan PON berlangsung khususnya pada partai final banyak atlet yang dijanggal

kemenangannya. Dari pihak pelatih mengatakan bahwa dalam kata perorangan putra yang dianggap mampu meraih kemenangan sama seperti waktu PON Riau, tidak berhasil karena faktor nonteknis di lapangan pertandingan. Besarnya gengsi Jawa Barat sebagai tuan rumah pertandingan membuat parawasi lebih memilih untuk memenangkan tuan rumah pertandingan. Buktinya sampai sekarang juara kata perorangan putra yang masuk kedalam skuad Tim Nasional Indonesia tidak pernah menunjukkan prestasi kembali.

Dari berbagai informasi yang diperoleh baik dari hasil wawancara maupun dari data laporan hasil pertandingan terakhir pada PON XIX di Bandung memang menunjukkan berbagai macam kekurangan akan tetapi di harapkan agar semua kekurangan tersebut yang disebut dan dijelaskan di atas tidak menjadi penghalang tetapi dapat menjadi acuan dan motivasi untuk pengurus, pelatih dan atlet dalam persiapan kompetisi di PON selanjutnya.

#### **E. KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada beberapa hal yang menyebabkan meningkatnya prestasi atlet karate pada PON XVIII di Riau dan penyebab menurunnya prestasi atlet karate pada PON XIX di Bandung, diantaranya:

1. Faktor penyebab meningkatnya prestasi atlet karate pada PON XVIII di Riau, antara lain:
  - a. Baiknya manajemen pemilihan pelatih dan atlet.

- b. Baiknya pembinaan dalam program Sul-Sel Maju KONI Sul-Sel.
  - c. Baiknya manajemen internal dalam kepengurusan FORKI Sul-Sel pada periode tahun 2012 sampai dengan tahun 2016.
  - d. Pemenuhan sarana dan prasarana atlet baik, kemudian akomodasi dan tempat latihan juga baik dan yang sesuai dengan kebutuhan atlet.
  - e. Terbentuknya kesiapan atlet baik dari segi fisik, tehnik dan mental dalam menghadapi kompetisi di PON XVIII, dan didukung oleh atlet yang tergabung dalam Tim Nasional Karate.
  - f. Tingginya motivasi dan semangat atlet dalam meraih juara.
  - g. Terpenuhinya segala kebutuhan gizi atlet saat pemusatan latihan.
  - h. Terbangunnya hubungan kekeluargaan dan kekompakan tim antara pelatih dengan atlet, antara atlet dengan atlet, serta terbangunnya komunikasi yang baik antara pengurus FORKI Sul-Sel dengan KONI Sul-Sel.
2. Faktor penyebab menurunnya prestasi atlet karate pada PON XIX di Bandung, antara lain:
    - a. Kurangnya komunikasi yang baik antara berbagai pihak yang terlibat pada persiapan PON XIX. Yang mengakibatkan kurang baiknya pelayanan timbal balik antara pihak yang terkait.
    - b. Kurangnya perhatian terhadap asupan gizi atlet saat pemusatan latihan.
    - c. Rendahnya motivasi untuk juara. Bonus juara merupakan salah satu faktor pendorong meningkatnya

motivasi untuk meraih juara, dimana pada PON XIX, bonus yang diberikan yang akan diberikan untuk atlet tidak ada kejelasan dan masih abu-abu.

- d. Ada beberapa atlet yang dalam kondisi fisik yang kurang memungkinkan untuk memberikan performa terbaiknya. Ada atlet yang sedang hamil dan juga ada atlet yang sedang dalam masa penyembuhan dari penyakit tipus.
- e. Kurang fokusnya beberapa atlet saat mengikuti pemusatan latihan untuk persiapan PON XIX.
- f. Keikutsertaan atlet muda untuk pertama kalinya pada PON XIX, sehingga menjadi penyebab kurangnya rasa percaya diri terhadap kemampuan yang mereka miliki.
- g. Kurangnya semangat dan kekompakan tim, serta kurangnya rasa kekeluargaan dalam tim.
- h. Kurang maksimalnya perhatian pelatih terhadap atlet di tempat pertandingan, yang mengakibatkan para atlet yang perdana dalam mengikuti PON kehilangan semangat saat pertandingan.
- i. Kurangnya kesadaran untuk menambah jam latihan tambahan, disebabkan karena adanya jarak antara tempat latihan dengan asrama yang disiapkan.
- j. Faktor nonteknis seperti adanya kecurangan wasit dalam penentuan pemenang pada akhir pertandingan serta lokasi pertandingan yang dianggap tidak netral.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi para pengurus KONI dan FORKI Sulawesi Selatan agar mampu berkomunikasi dengan pelatih dan atlet. Agar dalam penyediaan sarana dan prasarna untuk proses latihan atlet dapat terpenuhi dengan baik.
2. Pemilihan atlet harus dilakukan dengan melihat berbagai pertimbangan, diantaranya kesiapan atlet baik fisik maupun mental. Regenerasi atlet harus terus dilakukan agar dalam pembentukan tim tidak terjadi kesenjangan usia antara atlet yang menyebabkan turunnya semangat atlet saat pertandingan.
3. Demi perkembangan lebih lanjut mengenai penelitian ini, disarankan kepada pembaca yang berniat untuk meneliti hal yang sama atau sejenis agar kiranya meneliti lebih mendalam tentang manajemen dan faktor nonteknis yang masih kurang digali oleh peneliti.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustinova, D. E. 2015. *Memahami Metode Penelitian Kualitatif; Teori & Praktik*. Yogyakarta: Calpulis.
- Ali, A., Kowagam, H., & Musakkir. 1991. *Ensiklopedi Seni Bela Diri*. Hasanuddin University Press.
- Atmasubrata, G. 2012. *Serba Tahu Dunia Olahraga :Kumpulan*

- Pengetahuan Umum Dunia Olahraga*. Surabaya: Dafa Publishing.
- Dlis, F. 2015. *Sosiologi Olahraga*. Malang: Wineka Media
- Giriwijoyo, S. Sidik, D.Z., 2013. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: PT. Ramaja Rosda Karya.
- , 2013. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga) Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan Prestasi*. Bandung: PT. Ramaja Rosda Karya.
- Gumanti, A. T., Yunidar., & Syahrudin. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Hanurawan, F. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu Psikologi*. Depok: PT.Rajagrafindo Persada.
- Harsuki. 2013. *Pengantar Manajemen Olahraga*. Depok: PT. Rajagrafindo Persada
- Hidayat, S. 2014. *Pelatihan Olahraga: Teori dan Metodologi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Husdarta. 2011. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta
- Kuncoro, R. T. 2010. *Pembinaan Prestasi Olahraga pada Kelas Plus Olahraga di SMA Negeri 5 Kota Magelang Tahun 2010*. Tidak diterbitkan. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Maiyanti, S. I., Dwipurwani, O., & Yuliana, R. 2012. Analisis Prestasi Atlet Olahraga Taekwondo Menggunakan analisis Jalur (Studi Kasus Atlet Taekwondo-In di Karigamas Sport Club – Palembang. *Jurnal Penelitian Sains*, 1(A), 15102 – 7.
- Morgan, T. C., King, R. A., Weisz, J. R., Schopler, J. 1986. *Introduction to Psychologi*. Singapore: Library of Congres Catalogin-in-Publication Data.
- Mylsidayu, A., Kurniawan, F. 2015. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Pasau, A. 2012. *Pertumbuhan dan Perembangan Fisik Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Makassar: Badan Penerbit UNM
- Rhadian, M. 2009. *Karate*. Bandung: PT. Indahjaya Adipratama
- Sugiono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. 2014. *Metodologi Penelitian Pendidikan; Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Wiriaatmadja, R. 2012. *Metode Peneltian Tindakan Kelas*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Yuliawan, I. 2012. *The Way Of Karate – Do 20 Sikap Mental Karateka Sejati*. Jakarta: Penerbit Mudra.